



「新獨居時代」直面「孤獨終老」

「死了麼」App爆火 折射老齡化隱憂與生死教育缺失

「95後」麥苗：一個人生活最怕沒社交



作為一名養貓愛好者，麥苗已在畢業工作後開啟獨居生活的第四個年頭。「就我個人來說，獨居生活最害怕的是缺乏社交。」麥苗自詡為「e」人，平時周末喜歡約朋友來家打遊戲、看電影、做美食。其他工作日時間，她對獨居生活感到充實和滿意。

身為「95後」，她坦言，因為年輕，大家極少主動談及死亡話題，唯有看到青壯年過勞死的社會新聞時，才會忍不住發出幾聲唏噓與感慨。「不可否認，我們這一代與『70後』、『80後』的生活軌跡截然不同。」在她眼中，「70後」、「80後」大多循傳統範式，結婚、生育、構建完整的家庭，「養兒防老」仍是大多數人的觀念。而在她當下的社交圈裏，「95後」群體的結婚率不足五成，獨居已然成為一種常態。「步入社會後，想在工作圈找到伴侶幾乎是奢望。我是主動選擇單身，既不考慮相親，也不會通過社交媒體發展兩性關係。」對她而言，獨居生活要面對的問題是，一旦脫離工作圈，都市年輕人便很難與外界建立有效聯結。「深圳的社區裏滿是老人和孩子，卻鮮有適合青壯年的社交場所。」像她這樣的多數年輕人更依賴從小紅書等平台尋找「搭子」。這也讓麥苗對「死了麼」這類關注獨居群體的App有了一些期待：「如果能強化地緣屬性，融入興趣標籤，讓我們能在線下找到同好搭子，或許能真正填補獨居生活的社交缺口。」

「70後」西西：期待24小時專業監護平台

「每天一睜眼，我和朋友、學姐們聊起的大都是，如何處理父母留下的一堆身後事。」作為「70後」的西西坦言，他們這一代人的父母大多已年過八旬、九旬，養老護理與身後事安排，成了這個年齡層裏的生活主旋律。「如果爸媽失能，我會果斷送他們去養老院；可要是他們走了，那些繁複的手續現在很讓人頭疼。」她直言，許多出生於上世紀四五十年代的父母，深受傳統觀念的禁錮，使得不少現實問題暗藏着諸多麻煩——比如銀行卡密碼的保管、財產歸屬的釐清。主動向父母詢問這些信息，往往會被老人誤以為子女在「覬覦」家產；可一旦父母猝然離世，這些未被妥善告知的信息，就會讓家人陷入重重困境。

「最近，我一個朋友就深陷其中。她們姊妹三個，父親離世後，哪怕只有十幾萬遺產，現在也折騰得筋疲力盡。」西西表示，生活裏，一涉及金錢，很多親情就變了味，一地雞毛是常有的事。「想勸爸媽立遺囑、說密碼，可他們要麼怕提死亡，覺得不吉利，要麼滿心疑心，根本沒法有效溝通。」西西期待有專業App可以提供服務，讓這類登記成為常態。「當人人都需要填寫時，老一輩就不會覺得不吉利了。」她建議，不管是政府還是企業開發的產品，都該着力解決當下痛點——若遇到持卡人突然離世，家人只需在平台提交相關申請，便能依法調取所需信息，既減少不必要的親情糾紛，也節省大量的時間與精力。

「45後」孫阿姨：需學習智能App生活



台胞孫阿姨的先生五年前離世，她婉拒了女兒接她去美國同住的好意，如今選擇獨自在成都生活。「我想在自己的房子裏自由自在地過活，沒人干預我。」孫阿姨發現，和晚輩一起生活時，他們總會帶著「親情式」的關懷，頻繁提醒老人該注意什麼、不該做什麼……這是一種潛意識的灌輸，都在暗示「你老了」。「倘若一邁入老年，就被意外與安全的顧慮捆住手腳，日日守在家中『求穩求安』，會把自己活成了一座孤島。」孫阿姨經常在她的朋友圈和視頻

號裏，分享着她多姿多彩的生活。孫阿姨覺得，人要多見面，去享受聚會與交流帶來的鮮活精神。女兒們會抱怨她的獨居選擇。話裏話外，藏不住的是擔憂——萬一母親生病或遭遇意外，她們無法及時趕到。「可我們活着，難道就為了等待那一刻的溫情嗎？」孫阿姨說。不過，年歲漸長的獨居生活，確實也隱憂叢生。「比如我喜歡泡澡，那是最安逸的時刻。」可如今總會不自覺擔心：萬一滑倒該如何自救？還有心臟不好的老毛病，若突發不適，又該怎麼辦？這些，都是她不得不面對和思考的問題。「有次不舒服住院，護士問我『有沒有家人來接？』那一刻，我突然忍不住哭了。」孫阿姨袒露，生病住院時，確實會特別渴求家人的陪伴。如果社區或政府能定期組織沙龍，教老人們用獨居安全App，或是選適合的智能家居產品，那就再好不過了，「這正是老年群體的剛需呀。」



孤老系列 上篇

去年8月，香港葵盛東邨發生的一幕令人扼腕：一名獨居老人被房屋署職員上門探訪時發現離世家中，遺體已然白骨化，經研判，老人去世時間已超過一年半。近年來，香港獨居長者無人知曉的離世悲劇接連上演。這些被時光塵封的生命，讓「孤獨死」從遙遠的社會議題，變成了觸目驚心的現實，以最沉重的方式，撕開了老齡化社會潛藏的隱痛。而在內地，今年開年一款獨居安全類App「死了麼」的爆火，也引發了公眾對獨居生存狀態、生死議題的熱議。人們開始更深層次地叩問：在人口結構持續變遷的當下，如何讓每一個生命，都能擁有體面從容的終章？

●香港文匯報記者 胡若璋 廣州報道

中國當下社會結構的深刻變革，正在重塑中國人的居住形態與生活方式。曾經「三代同堂」「兒孫繞膝」的傳統家庭模式，在現代化進程中逐漸瓦解。「死了麼」(官方1月13日正式宣布更名為全球化品牌「Demumu」)App的爆火，以一種近乎黑色幽默的方式，撬開了生死議題的公共討論空間。生死學者彭小華直言，這款App的走紅絕非偶然，恰恰在於它精準切中了人們內心深處對獨居風險、生命終點的真切擔憂。

六個家庭中一戶獨居

直到近乎「冒犯」的命名，既契合了年輕人玩梗傳播的社交屬性，又以獨樹一幟的犀利姿態，打破了傳統文化中對死亡諱莫如深的禁忌。憑借這一特質，它無需一分錢廣告費，便收穫了全社會乃至全球範圍的關注。在彭小華看來，這款產品的價值遠不止於工具本身——它為長期缺乏討論契機的生死話題，提供了一個公共入口，讓社會大眾在好奇心的驅動下，開始正視死亡課題，而這正是死亡教育的第一步。

香港文匯報記者翻閱2023年《中國統計年鑒》發現，2022年全國約50萬抽樣家庭樣本中，「一人戶」佔比已高達16.77%。這意味着，每六個家庭中，就有一個是獨居家庭。而根據貝殼研究院《新獨居時代報告》的預測，到2030年，中國獨居人口數量將達到1.5億至2億人，獨居率超過30%。



▲「被動獨居」的老年人數量持續增長。圖為老人在養老院內下象棋。資料圖片

死亡教育缺口待補

「死亡不是屬於老人，它其實是屬於每個人。」彭小華的這句話，一語道破了獨居困境與生死議題的普世性。哲學博士雷愛民曾指出，死亡教育的普遍缺失和死亡禁忌的存在，讓國人的臨終過程雪上加霜。「國人常說五福臨門，『善終』便是其中至關重要的一福。」彭小華認為，實現「善終」這一目標，需要社會、社區與科技產品的協同發力。她期待，這類與死亡相關的科技產品能進一步拓展服務場景，將生前預囑、遺體處理規劃等內容納入其中，打破人們對死亡的心理枷鎖，讓生死規劃變得像規劃生活一樣自然。

「近年來持續攀升的不婚率與生育率，為獨居群體的擴張埋下了伏筆。」彭小華援引國家統計局數據指出，2022年全國結婚率僅為5.2‰，創下歷史新低。如今，身邊越來越多的年輕人選擇「主動獨居」，追求個人空間與生活自由；與此同時，人口老齡化加劇，也讓「被動獨居」的老年人數量持續增長。兩種獨居形態的疊加，讓「孤獨死」不再是遙遠的社會新聞，而是當下必須直面的民生風險。

當下的中國，正加速進入「新獨居時代」。作為《學會告別》一書的作者，彭小華強調，每個生命都應有自主、快樂、有尊嚴地走向終點的權利。這既需要個人摒棄「談死色變」的陳舊觀念，主動規劃生死事宜；更需要社會築牢保障底線，社區編織情感紐帶，科技提供有溫度的守護，讓死亡教育成為全民共識。當生死話題回歸日常，當獨居不再意味著孤立無援，「孤獨死」也終將從沉重的哀嘆調，轉為充滿人文關懷的新樂章。



▲「死了麼」13日更名為「Demumu」。視頻截圖

創始人：助社會啟蒙正視死亡

「你們好牛！敢於刺破文化禁忌，讓大家把生死問題拿到台面上思考。」「死了麼」App創始人之一呂功琛接受香港文匯報記者專訪時坦言，產品爆火後，諸如此類的留言不斷湧來。在他看來，這款原本定位小眾的工具，之所以能引發大眾持續熱議，其價值不僅在於為獨居人群提供了一份稀缺的情緒慰藉，更在於以產品為媒，開啟了一場正視死亡的社會啟蒙。

這支團隊的三位創始人均為「95後」，談及「死了麼」的爆火密碼，呂功琛透露，「死了麼」這個名字是網友與用戶持續討論的結果；而因要進軍全球市場改名為「Demumu」，不少人還為此感到惋惜。從他的個人觀感來說，「死了麼」至今引發的社會影響，正如網友所言，它像一場行為藝術——以略帶冒犯的方式試探社會反應，或許起到了對死亡啟蒙的正向推動作用，讓更多人敢於正視死亡這一話題。

「至於以後如何把死亡啟蒙教育做得更好，我想說，只要這類產品能常年穩居榜單、持續保持聲量，其影響或許就會潛移默化。」呂功琛透露，目前團隊正與內地一些互聯網大廠、民間機構洽談，探討如何有效聯動，更好地服務獨居群體及推進生死啟蒙教育，「這些發展都需要借助外部力量共同努力。」

呂功琛對市場上湧現的競爭者並不擔憂。「如果這款產品能為生死教育行業、為社會進步起到哪怕一點點推動作用，就是它最大的價值。」他期待有更多從業者加入這一賽道，通過良性競爭共同織密獨居群體的社會支持網絡，讓生死議題不再是諱莫如深的禁忌。同時，他也希望借助海內外用戶的積極反饋，讓這類正視獨居與死亡的產品，走出國門拓展全球化傳播影響力，探索更廣闊的市場需求路徑。

